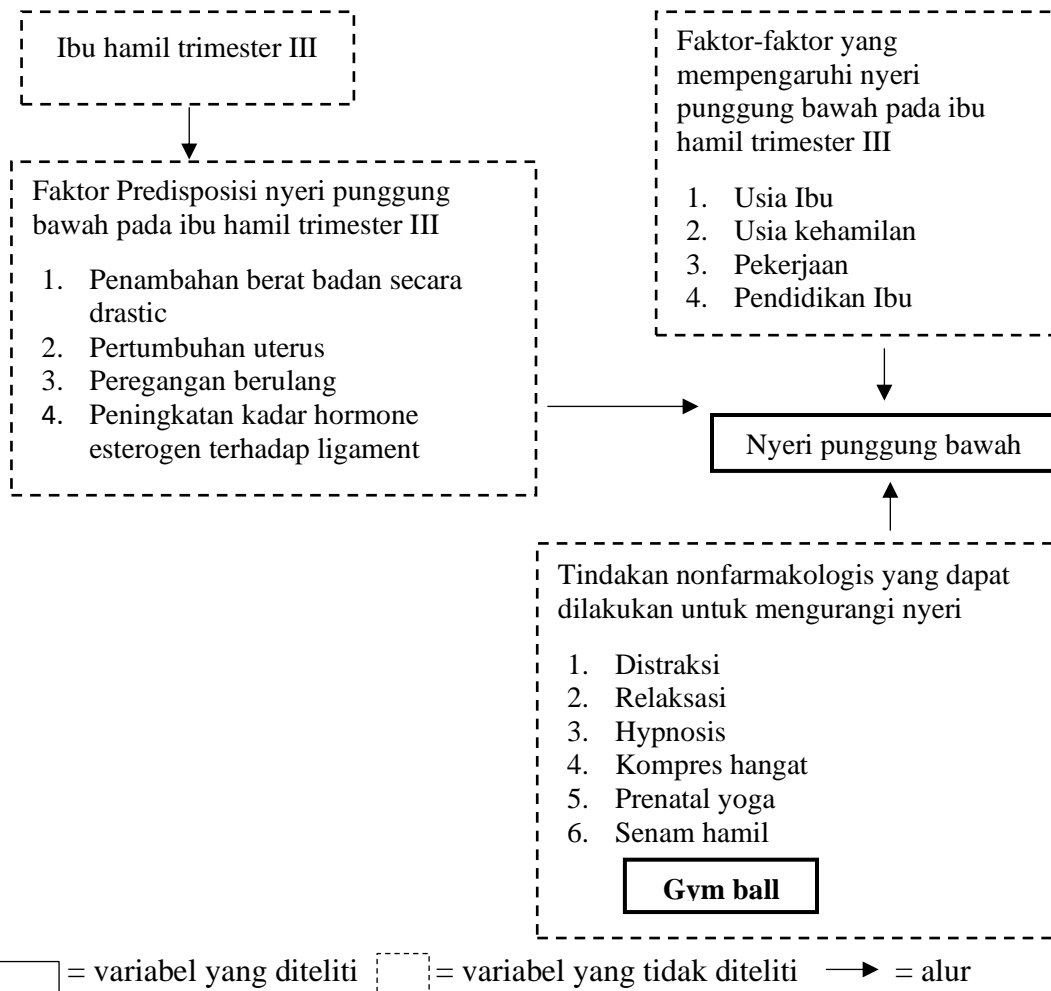


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan visualisasi hubungan antara berbagai variabel, yang dirumuskan oleh peneliti setelah membaca berbagai teori yang ada dan kemudian menyusun teorinya sendiri yang akan digunakannya sebagai landasan untuk penelitiannya. (Anggreni, 2022) . Adapun kerangka konsep penelitian ini dijabarkan sebagai berikut :



Gambar 1 Kerangka Konsep Pengaruh Latihan Gym ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Variabel dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

a. Variabel bebas (*independent variable*)

Variabel bebas adalah kegiatan stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti menimbulkan suatu dampak pada variabel terikat (Nursalam, 2016). Variabel bebas pada penelitian ini adalah Latihan *Gym ball*

b. Variabel Terikat (*dependent variable*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Nursalam, 2016). Variabel terikat pada penelitian ini adalah Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan. Variabel yang telah ditetapkan perlu didefinisikan secara operasional karena istilah variabel dapat diartikan berbeda oleh setiap orang (Nursalam, 2016). Definisi operasional variabel dalam penelitian ini disajikan pada tabel 1.

Tabel 1
Definisi Operasional Pengaruh Latihan *Gym ball* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III

| Variabel Penelitian | Definisi Operasional | Alat Ukur | Skala |
|---|--|---|---|
| Variabel Independen Latihan <i>Gym ball</i> | Terapi non farmakologis yang dilakukan oleh ibu hamil untuk mengurangi intensitas nyeri dengan duduk diatas bola berdiameter 65-75 cm, dengan berbagai gerakan seperti menggoyangkan pinggul. Latihan gym ball dilakukan selama 30 menit dengan gerakan minimal 20 kali. | SOP Latihan - <i>Gym ball</i> | |
| Variabel Dependen Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III | Responden menentukan intensitas nyeri dengan memilih skor nyeri sebagai gambaran terkait rasa nyeri yang dirasakan. | Lembar Kuisisioner Metode <i>Numeric Rating Scale</i> | Ordinal 1-3 (Nyeri Ringan) 4-6 (Nyeri Sedang) 7-10 (Nyeri Berat) |

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian (Nursalam, 2016)). Hipotesis penelitian ini, yaitu ada pengaruh latihan *gym ball* terhadap intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III